

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Salah seorang filsuf Yunani terkenal yakni Aristoteles (dalam Zainal, 2009) mengatakan bahwa manusia merupakan *zoon politicon* atau makhluk sosial di mana mereka tidak dapat hidup sendiri dan selalu membutuhkan kehadiran sosok lain di luar diri mereka untuk dapat menjalani kehidupannya. Karena perasaan sosial tersebut manusia terus berusaha untuk membangun suatu hubungan dengan sekelilingnya agar tidak merasa sendiri dan terasing. Hubungan yang dibangun untuk dapat menghindari rasa sendiri dan terasing haruslah hubungan yang akrab dan penuh perhatian serta berdasarkan rasa cinta dan memiliki (Schultz, 1991).

Namun Maslow (dalam Schultz, 1991) percaya bahwa kian lama akan makin sulit bagi manusia untuk dapat membangun sebuah hubungan berdasarkan hal-hal tersebut dan makin sulit pula untuk memenuhi kebutuhan akan rasa cinta dan memiliki dikarenakan mobilitas manusia yang kian cepat seiring dengan perkembangan jaman. Tuntutan kehidupan membuat individu harus terus berpindah dari satu tempat ke tempat lainnya seperti berganti sekolah, tempat tinggal, tempat kerja yang membuat individu terus bertemu dengan orang-orang baru di hidupnya. Hal tersebut membuat individu sulit untuk membangun hubungan yang akrab dan intim sehingga dapat membuat individu merasa kesepian.

Menurut Peplau (1979) kesepian merupakan perasaan yang muncul sebagai akibat dari hubungan dan interaksi sosial yang dimiliki seseorang lebih sedikit dan kurang memuaskan dibandingkan dengan yang diinginkannya. Kesepian ini muncul dikarenakan adanya kesenjangan antara kebutuhan individu tersebut dengan apa yang telah didupakannya. Hal serupa juga dinyatakan oleh Baron & Byrne (2005) bahwa kesepian merupakan reaksi emosional dan kognitif dari ketidakpuasan individu terhadap hubungan yang dimilikinya. Fiori (2013) menemukan bahwa

interaksi dengan banyak orang belum cukup untuk dapat mencegah rasa kesepian. Interaksi dengan orang lain pun terkadang dapat menimbulkan perasaan kesepian yang lebih besar dikarenakan hubungan yang terjalin tidak selekat seperti hubungan yang pernah dimilikinya, sehingga perasaan kehilangan akan hubungan sebelumnya semakin besar dan menimbulkan perasaan kesepian yang semakin besar pula. Oleh karena itu, kesepian lebih ditentukan oleh kualitas dari suatu hubungan dan bukan oleh kuantitasnya.

Dalam survei yang dilakukan oleh Mental Health Foundation di Inggris pada Mei tahun 2010 mengenai tingkat kesepian, 24% dari 2256 responden merasakan kesepian, di mana sampel dengan rentang usia 18-34 tahun lebih merasa kesepian daripada sampel yang berumur di atas 55 tahun (dalam Mayasari, 2018). Dalam survei BBC Loneliness Experiment didapati tingkat kesepian tertinggi dialami oleh rentang usia 16-24 tahun.

Rentang usia yang paling rentan mengalami kesepian berdasarkan hasil survei tersebut termasuk dalam kategori dewasa awal, di mana menurut Erikson (dalam Alwisol, 2009) salah satu tugas perkembangan individu pada kelompok usia tersebut adalah membangun keintiman dan jika gagal maka individu tersebut akan merasa terisolasi yang menyebabkan munculnya perasaan kesepian. Havighurst (dalam Hurlock, 1990) juga berpendapat bahwa masa periode dewasa awal merupakan masa paling merasa kesepian dikarenakan adanya transisi dari lingkungan yang terbagi atas umur menjadi terbagi atas status sosial sehingga membutuhkan proses penyesuaian kembali.

Menurut Holt-Lunstad, Smith, & Layton (dalam Jose & Lim, 2014) orang-orang yang kesepian memiliki 50% risiko yang lebih tinggi akan kematian dibandingkan dengan kecanduan alkohol, obesitas dan kurangnya aktivitas fisik. Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Jose & Lim (2014) juga ditemukan korelasi yang signifikan antara tingkat kesepian dan munculnya simtom-simtom depresi. Dapat disimpulkan bahwa kesepian apabila tidak segera ditangani akan membawa dampak yang lebih buruk.

Terdapat berbagai macam cara yang bisa dilakukan untuk mengurangi rasa kesepian yang dialami oleh individu. Penelitian dari Woodward dan Frank menunjukkan bahwa aktivitas yang paling banyak dipilih untuk menghilangkan rasa kesepian yaitu mendengarkan musik, menonton tv, olahraga, dan bermain dengan peliharaan (dalam Tayli, 2014). Di Indonesia sendiri, banyak yang memilih hewan peliharaan sebagai alternatif untuk menghilangkan rasa kesepian. Dikutip dari Kompas (2016), data dari Temali yang merupakan komunitas pecinta hewan peliharaan, menunjukkan bahwa Indonesia menjadi salah satu negara dengan jumlah hewan peliharaan yang cukup tinggi. Pangsa pasar hewan peliharaan di Indonesia sendiri mencapai 15.6% di antara negara-negara di Asia Tenggara lainnya. Hal ini dikarenakan banyak orang yang menyadari manfaat dari memiliki hewan peliharaan terutama bagi kesehatan psikologis.

Dari hasil penelitian Nurlayli & Hidayati (2014) 72% dari responden penelitiannya yang memiliki hewan peliharaan dan tinggal jauh dari keluarga memiliki tingkat kesepian pada kategori rendah. Penelitian Noviana (2018) juga menjabarkan tentang bagaimana masyarakat di Jepang lebih memilih untuk memiliki hewan peliharaan dibandingkan dengan memiliki seorang anak dikarenakan hewan dirasa dapat menimbulkan konflik emosional yang lebih minim dibandingkan dengan anak. Meehan, Massavelli, & Pachana (2017) dalam penelitiannya menyatakan bahwa kehadiran hewan peliharaan dapat menjadi salah satu sumber utama dukungan emosional bagi pemiliknya. Manfaat dari adanya hewan peliharaan sendiri baru dapat dirasakan apabila sudah terjalin kelekatan antara hewan peliharaan dan pemiliknya.

Kelekatan dengan hewan peliharaan (*Pet Attachment*) didasari langsung dari teori kelekatan dengan manusia milik Bowlby. Bowlby (Quinn, 2005) mendefinisikan kelekatan sebagai ikatan emosional ataupun afeksi yang dimiliki individu dengan figur kekekatannya, yang mana dalam hal ini figur kelekatan tersebut adalah hewan peliharaan. Pendapat sejalan disampaikan oleh Nigel (dalam Noviana, 2018) bahwa hubungan

kelekatan antar spesies berkembang dengan cara yang hampir sama dengan hubungan kelekatan antarmanusia, di mana hubungan antar spesies ini juga mampu memberikan perasaan aman, perlindungan, dan perasaan kelekatan yang timbal balik. Hubungan dengan hewan peliharaan juga cenderung lebih sederhana dibanding dengan hubungan dengan manusia dan minim konflik.

Berdasarkan uraian di atas, penulis merasa perlu untuk melakukan penelitian untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan tingkat *pet attachment* dengan tingkat kesepian yang dirasakan pemiliknya dengan judul “Hubungan antara *Pet Attachment* dengan Tingkat Kesepian di Kalangan Dewasa Awal”.

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan sebelumnya, dapat diidentifikasi beberapa masalah sebagai berikut:

1. Bagaimana gambaran *pet attachment* pada kalangan dewasa awal?
2. Bagaimana gambaran tingkat kesepian di kalangan dewasa awal?
3. Apakah terdapat hubungan antara tingkat *pet attachment* dengan tingkat kesepian pada kalangan dewasa awal?

1.3 Pembatasan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, penelitian ini hanya akan berfokus pada poin ketiga, sehingga penelitian ini dibatasi oleh masalah “Hubungan antara tingkat *pet attachment* dengan tingkat kesepian pada kalangan dewasa awal”.

1.4 Rumusan Masalah

Permasalahan yang akan diteliti dapat dirumuskan sebagai berikut:

- A. Apakah terdapat hubungan antara tingkat *pet attachment* dengan tingkat kesepian yang dialami oleh kalangan dewasa awal?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara tingkat kelekatan dengan hewan peliharaan dengan tingkat kesepian yang dirasakan oleh pemiliknya, terutama dikalangan dewasa awal di Jabodetabek.

1.6 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian ini yaitu:

1.6.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini nantinya akan dapat memberikan informasi terbaru mengenai hubungan kelekatan dengan hewan peliharaan dengan tingkat kesepian yang dialami oleh pemiliknya dan dapat dijadikan pijakan awal untuk penelitian selanjutnya.

1.6.2 Manfaat Praktis

Mengetahui pentingnya dan berbagai manfaat dari memiliki kelekatan terhadap hewan peliharaan, sehingga bisa dijadikan sebagai salah satu bentuk *coping* bagi individu dalam menghadapi masalah hidupnya.

